

COMMUNIQUE DE PRESSE

FAIRE DE SON ORIENTATION UN JEU
AVEC SHEKINA ROCHAT, DOCTEURE EN PSYCHOLOGIE DE
L'ORIENTATION.

RDV DE L'ORIENTATION
LE 9 MARS 2022 A 14 H, SUR [ONISEP.FR](https://onisep.fr)

Le 18 février 2022

L'Onisep poursuit sa série de webinaires avec des experts et expertes qui apportent des éclairages sur le processus d'orientation. Le rendez-vous du 9 mars prochain, avec Shékina Rochat, sera consacré à l'approche de l'orientation par le jeu.

Confronté à un monde du travail exigeant et en constante évolution, chacun se trouve dans l'obligation d'anticiper ses choix d'orientation et de faire face à des imprévus pour mieux rebondir dans la vie. Relever ces défis peut s'avérer intimidant pour des personnes ne sachant pas vraiment comment débiter leur exploration, estimer leur progression ou trouver des alternatives.

Dans ce contexte, la « métaphore du jeu » est une clé pratique pour aider les personnes à imaginer leurs futurs et construire leurs trajectoires. Inspirée par l'approche « SuperBetter » développée par McGonigal et la psychologie positive, Shékina Rochat invite à filer cette métaphore et à considérer l'orientation scolaire et professionnelle au prisme du jeu. En orientation comme dans un jeu, la personne va identifier ses objectifs (sa mission), ses possibilités d'action (ses superpouvoirs), définir des stratégies pour surmonter des obstacles et obtenir du soutien en « recrutant des alliés ». Si l'orientation peut être comparée à un jeu, l'usage de la « métaphore du jeu » ne cherche pas à réduire la tâche d'orientation à une activité ludique. Filer la « métaphore du jeu », c'est avant tout proposer des repères réutilisables, aider la personne à changer d'état d'esprit et la motiver pour anticiper les transitions à venir.

Shékina Rochat présentera cette méthode et en expliquera les fondements, la mise en œuvre concrète et les effets attendus.

*Shékina Rochat est docteure en psychologie à l'université de Lausanne. Elle travaille aujourd'hui comme maître d'enseignement et de recherche suppléante à l'Institut de Psychologie de l'Université de Lausanne. Ses recherches portent sur le recours aux approches motivationnelles, systémiques et positives dans le cadre des démarches d'orientation. Elle a récemment publié : « **Vaincre la procrastination** », éditions *Mardaga*, 2021. « **L'art du conseil en orientation** », éditions *Lucnia*, 2019.*

Pour participer au webinaire du 9 mars à 14 h,
rendez-vous sur onisep.fr/Equipes-educatives

Contact Presse
Agnès Loustau, 06 81 19 88 21, 01 64 80 36 15, agnes.loustau@onisep.fr



A propos de l'Onisep

L'Onisep est un établissement public qui relève du ministère de l'Éducation nationale et de la Jeunesse et du ministère de l'Enseignement supérieur, de la Recherche et de l'Innovation. L'Onisep est présent dans la France entière avec son réseau de délégations régionales. Il a pour mission d'informer les familles sur les formations, les métiers et les secteurs professionnels via ses publications, ses productions numériques et ses services. Il élabore également des ressources pédagogiques d'accompagnement à l'orientation pour les équipes éducatives.

Retrouvez toutes les actualités de l'Onisep :

